eISSN 2988-4330; pISSN 3025-3330; DOI:10.69606/jps.v1i03.75

Journal of Pubnursing Sciences, Vol. 01 No. 03 (2023): Hal. 77-83

[Research Article]

Journal of Pubnursing Sciences

Hubungan Adiksi Smartphone dengan Mental Emosional pada Remaja di SMPN 1 Jawilan Kabupaten Serang

Beti Haerani[1*], Imas Yoyoh[1], Ika Nurjannah[1]
[1]Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tangerang
Corresponding author: betihaerani@gmail.com

Info Artikel:

Diterima:
(28-11-2023)

Direvisi:
(17-12-2023)

Disetujui:
(18-12-2023)

Diterbitkan:
(25-12-2023)

Abstrak

Adiksi smartphone merupakan ketergantungan pemakaian smartphone akibat pemakaian lebih dari 7 jam per hari sehingga berdampak pada perkembangan anak terutama gangguan mental emosional. Tujuan penelitian: untuk mengidentifikasi hubungan adiksi smartphone dengan mental emosional pada remaja di SMPN 1 Jawilan. Metode penelitian: deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi: 852 siswa, Sampel: 98 responden klalas IX berusia 14-16 tahun. Instrument: kuesioner Smartphone Addiction Scale dan kuesioner Self Reporting Quisionaire-20. Uji statistik menggunakan chi square. Hasil: menunjukan bahwa responden dalam kriteria terbanyak adalah kriteria umur 14 tahun sebanyak 55 responden (56.1%), Kriteria jenis kelamin perempuan sebanyak 51 responden (52.0%), Tingkat adiksi tinggi pada smartphone sebanyak 86 responden (87.8%), Terindikasi mental emosional 74 responden (75.5%). Hasil uji statistik Chi Square dengan p value = 0,035 atau kurang dari (<0,05). Kesimpulan: menunjukan adanya hubungan Adiksi Smartphone dengan Mental Emosional pada Remaja di SMPN 1 Jawilan. Saran: perlu dilakukan pengawasan terhadap penggunaan smartphone pada remaja.

Kata Kunci: Adiksi Smartphone, Mental Emosional, Remaja

Article Info:

Received:
(2023-11-28)

Revised:
(2023-12-17)

Approved:
(2023-12-18)

Published:
(2023-1225)

Abstract

Smartphone addiction is the use of smartphones with a period of more than 7 hours per day so users enjoy to them for a long time, smartphone addiction can have an impact on development especially in adolescents such emotional disorders. Research goal: to identify the relationship of smartphone addiction with emotional mer health in teenagers at Junior High School 1 Jawilan. Research method: analytical descriptive quantitative with cr sectional approach. Population: 852 all Jawilan Junior High School students. Sample: 98 respondents in class with age criteria of 14-16 years. Sampling technique: probability random sampling. Instrument: spread Smartphone Addiction Scale questionnaire and Self Reporting Questionnaire-20 with statistical tests using square. Results: showed that respondents in the most criteria were age criteria of 14 years as many as respondents (56.1%), female gender criteria as many as 51 respondents (52.0%), high levels of addiction smartphones as many as 86 respondents (87.8%), emotional mental indicators 74 respondents (75.5%). Chi Squ statistical test results with a value = 0.035 or less (<0.05). Conclusion: Showing the Relationship of Smartpho Addiction with Emotional Mentality to Teenagers in Junior High School 1 Jawilan. Suggestion: monitoring the of smartphones will have an impact on the emotional mental health of adolescents.

Keywords: Smartphone Addiction, Emotional Mentality, Adolescents

Pendahuluan

Badan Pusat Statistik Indonesia (BPS 2021), Melaporkan total kepemillikan smartphone yang mengakses internet berdasarkan usia yakni: usia 5-15 tahun 46,17%, usia 16-24 tahun 31,42 %, usia 25-60 tahun 23,15 %. Pengguna internet telah mengakses media sosial, Keberadaan media sosial tentunya digunakan oleh berbagai kalangan usia

dengan kepemilikan smartphone yang mengakses internet tertinggi yakni pada usia remaja. Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak anak menuju masa dewasa. Menurut World Health Organization (WHO, 2014) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Hasil dari Sensus Penduduk tahun (2010) menunjukkan bahwa jumlah penduduk Indonesia yaitu sebesar 237.641.326 jiwa, dan 63,4 juta atau 27% di antaranya adalah remaja umur 10-24 tahun.

Masa remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dan mengalami perubahan serta persoalan dalam kehidupan seorang individu. Perubahan tersebut dapat saja meliputi perubahan pada fisik, perilaku, kognitif, biologis, dan mental emosi seseorang. Persoalan yang sering terjadi pada remaja dapat berupa persoalan sosial, aspek emosional, aspek fisik, keluarga, sekolah, dan kelompok teman sebaya. Masa remaja akan mengalami perubahan salah satunya mental emosional (Stuart, 2013). Menurut Santrock (2012), Kesehatan mental emosional dipengaruhi lima faktor yaitu lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, lingkungan sosial, lingkungan budaya dan sosial media. Menurut Drajat (2012), perkembangan mental emosional pada remaja bisa dilihat dari gejala emosi tidak stabil, timbulnya perasaan cemas, suka marah marah, sering dihadapi perasaan depresi, sering dalam keadaan excited, sering berfantasi, dan lain sebagainya. sehingga perlu dilakukan antisipasi untuk kesehatan jiwa (Kusuma, 2014).

Adiksi ini pada akhirnya menjadikan manusia teralienasi dan berada dalam kehidupan dunianya sendiri. Faktor utama yang dapat menyebabkan adiksi ini ialah smartphone yang menyebabkan munculnya perasaan senang saat menggunakannya. Otak mengenali sesuatu yang menyenangkan sehingga berharap selalu bisa mengulanginya (Linda, 2019).

Adiksi smartphone dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, jenis kelamin, status pekerjaan, mental emosional, dan penghasilan seseorang (Kwon et all. 2013). Pengguna smartphone yang berlebihan akan mengakibatkan adiksi smartphone sehingga akan mempengaruhi salah satu faktor yaitu mental emosional pada remaja. dalam penelitian yang dilakukan oleh Fadilla Putri dkk, (2019) pengguna smartphone yang tidak dapat menggunakan smartphone dengan tepat dapat mengganggu kegiatan lain dalam kehidupan sehari-hari, mengubah interpersonal, dan bahkan dapat mempengaruhi kesehatan serta kebahagiaan. Selain itu, terhadap remaja yang sedang berkembang, penggunaan smartphone yang tidak tepat (salah satu kategori adiksi smartphone).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Asif dan Rahmadi (2017) didapatkan hasil bahwa remaja sejak menggunakan gadget, ketika di rumah remaja menjadi susah diajak berkomunikasi, tidak peduli dan kurang berespon pada saat orang tua mengajaknya berbicara. Hal ini akan menghambat proses sosialisasi anak dan akan menimbulkan adiksi pada gadget tersebut oleh karena itu saya tertarik mengambil penelitian ini untuk dapat memberikan edukasi yang tepat terkait adiksi pada gadget yang dapat menimbulkan mental emosional.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara pada siswa SMPN 1 Jawilan di bulan desember 2022 terdapat 6 dari 10 mengalami adiksi smartphone dan terjadi perubahan perilaku emosional, Responden menjawab bahwa memakai smartphone dengan alokasi waktu sebanyak 15 jam per hari. Dengan aplikasi media sosial sebanyak whatsapp 8 jam, Instagram 2 jam, tiktok 3 jam, twitter 1 jam dan shopee 1 jam sehingga total penggunaan 15 jam. Saat menggunakan media sosial 10 dari responden ini menjawab sering lupa makan bahkan selalu makan di jam yang tidak teratur, jika ada yang mencoba mengingatkan atau membatasi pemakaian smartphone nya responden menjawab bahwa 2 orang tidak terima, 2 orang emosi, 1 orang menangis dan 1 orang kesal bahkan sampai mengurung diri. selanjutnya 4 orang yang tidak mengalami adiksi mereka akan patuh tapi selalu mencuri curi waktu dalam menggunakan pemakaian smartphone nya. Dalam hal ini penulis memilih subjek penelitian pada usia remaja kalangan Millenial Generation. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Adiksi Smartphone dengan mental emosional" yang dilakukan pada remaja siswa di SMPN 1 Jawilan Kabupaten Serang.

Metode

Penelitian ini merupakan desain analitik

korelasional menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel diambil menggunakan *probability sampling* jenis *Simple random sampling*. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan pada bulan Desember 2022 di SMP Negeri 1 Jawilan. Berdasarkan rumus slovin yaitu 98 sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dengan waktu pengambilan data pada bulan Mei 2023.

Responden dalam penelitian ini adalah siswa remaja yang bersedia memberikan jawaban dengan jujur, dan menandatangani *informed consent*. Dalam penelitian ini instrument atau alat yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data adalah lembar kuesioner, berupa pertanyaan tertutup yang diajukan kepada responden dan sudah disediakan jawabannya oleh peneliti sehingga responden hanya memilih jawaban yang sesuai agar mempermudah pengisian bagi responden pada waktu penelitian. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga bagian yaitu, bagian A berisi data demografi responden, meliputi umur, dan jenis kelamin. Bagian B tentang Kuesioner *Smartphone Addiction Scale* versi Indonesia untuk mengetahui tingkat adiksi terdiri dari 10 pertanyaan. Bagian C kuesioner untuk mental emosional adalah *Self Reporting Quisionaire* (SRQ) versi Indonesia terdiri dari 20 pertanyaan.

Penelitian ini menggunakan analisa data secara univariat dan bivariat. Analisa univariat bertujuan untuk melihat hasil perhitungan distribusi frekuensi dan presentase dari hasil penelitian yang nantinyaakan digunakan dalam pembahasan dan kesimpulan. Untuk mencari persentase responden digunakan program komputer. Analisa bivariat dilakukan untuk menganalisa hubungan variabel independen dengan variabel dependen yang dilakukan dengan pengujian statistic Uji korelasi *Chi Square* digunakan untuk menguji hubungan antara variabel adiksi smartphone dan mental emosional.

Hasil

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap 98 responden di SMP Negeri 1 Jawilan tentang hubungan adiksi *smartphone* dengan mental emosional sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan karakteristik remaja (n=106)

Karakteristik Remaja		Jumlah (n=106)	Persentase (%)
Usia	14 Tahun	55	56,1
	15 Tahun	34	34,7
	16 Tahun	9	9,2
Jenis Kelamin	Perempuan	51	52,0
	Laki-Laki	47	48,0
Adiksi Smartphone	Kecanduan Rendah	12	12,2
	Kecanduan Tinggi	87	87,8
Mental Emosional	Normal	24	24,5
	Terindikasi	74	75,5

Berdasarkan keterangan dari tabel 1 menunjukkan hasil karakterisitk usia mayoritas responden yang mengikuti penelitian ini berusia 14 tahun sebanyak 55 responden (56,1%), karakterisitk jenis kelamin mayoritas responden perempuan sebanyak 51 (52,0%), mayoritas adiksi smartphone yang dimiliki oleh responden dengan kategori tinggi sebanyak 87 responden (87,8%) dan mayoritas mental emosional yang dimiliki oleh responden dengan kategori terindikasi sebanyak 74 responden (75,5%).

Tabel 2 Analisis Hubungan Adiksi *Smartphone* dengan Mental Emosional Pada Remaja di SMP Negeri 1 Jawilan

Adiksi Smartphone	Mental Emosional		Total	*P – Value*
	Normal	Terindikasi		
Rendah	0 (0,0%)	12 (100%)	12 (100%)	
Tinggi	24 (27,9%)	62 (72,1%)	86 (100%)	0,035
Total	24 (24,0%)	74 (74,5%)	98 (100%)	

Berdasarkan hasil perhitungan *Chi-Square* dengan menggunakan SPSS didapatkan hasil p value 0,035 dengan alpha 0,05. Kesimpulan pada penelitian ini adalah p value (0,035) < α (0,05) yang berarti H0 ditolak dan Ha diterima yang berarti ada hubungan adiksi *smartphone* terhadap mental emosional. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan adiksi *smartphone* dengan mental emosional pada siswa IX di SMPN 1 Jawilan Kabupaten Serang.

Pembahasan

a. Usia

Hasil penelitian menunjukan bahwa 98

responden di kelas IX SMPN 1 Jawilan Kabupaten Serang responden berdasarkan mayoritas usia yaitu usia 14 tahun sebanyak 55 responden (56,1%) dikarenakan mayoritas dari kelas IX ini berusia 14 tahun dan peneliti berpendapat bahwa pada tahap ini disebut dengan remaja awal yang biasanya cenderung memiliki sifat kaingintahuan awal yang besar sehingga banyaknya dari remaja menghabiskan waktu untuk mencari kesenangannya sendiri salahsatunya dengan menggunakan *smartphone*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suki, dkk (2019) yang berjudul hubungan adiksi *smartphone* dengan terjadinya gangguan emosional pada remaja di masa covid-19, penelitin ini menunjukan bahwa sebanyak 55 reponden (55,5%) berusia 14 tahun.

Pada rentang usia ini termaksud dalam kategorik remaja awal (12-15 tahun), pada fase ini remaja mulai beradaptasi dengan perubahan yang mempengruhi mereka dan rangsangan yang menyertainya, mencoba menghindri ketidaksetujuan atas kesenangannya atau penolakan sosial. Remaja awal adalah transisi dari masa anak-anak ke masa remaja yang mengalami perubahan-perubahan dalam segi psikologis mental emosional, sosial dan intelektual. Salah satu perubahan pada remaja awal yaitu mental emosional Menurut Mighwar (2011).

Kematangan mental emosional yang disusun menurut Hurlock (2010), letak perbedaan pola emosi masa remaja awal adalah pada rangsangan yang menbangkitkan emosi, terutama dalam latiham pengendalian terhadap ungkapan emosinya, kondisi emosinya yang ektsrem dan merasa selalu mendapat tekanan.

Berdasarkan pandangan peneliti, bahwa mayoritas pada usia 14 tahun. Pada usia ini termaksud dalam kategori remaja awal yang akan berlaku seperti orang dewasa tanpa melihat sisi posiif dan negatifnya sehingga mencoba sesuatu yang baru demi mencari identitad siri dan akan mengalami terjadi suatu perubahan seperti terjadinya perubahan pada mental emosional.

b. Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukan bahwa 98 responden di kelas IX SMPN 1 Jawilan responden berdasarkan mayoritas jenis kelamin yaitu perempuan sebanyak 51 responden (52%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asif, dan Rahmadi (2017) yang berjudul hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaia usia 11-15 tahun, penelitian menunjukan bahwa sebanyak 38 responden (50,7%) jenis kelamin perempuan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mulyantari dkk, (2019). hubungan kebiasaan penggunaan gadget dengan status mental emosional pada anak usia prasekolah, penelitian menunjukan bahwa sebanyak 35 responden (50,9%) jenis kelamin perempuan. Jenis kelamin berpengaruh terhadap perkembangan masalah mental emosional (Santrock 2013). Perasaan perempuan juga cenderung lebih peka dan sensitif dibandingkan dengan laki-laki. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja perempuan cenderung lebih menunjukkan gejala masala mental emosional daripada laki-laki, perempuan menunjukkan gejala depresi dan keinginan bunuh diri yang lebih tinggi sedangkan laki laki cenderung lebih menunjukkan tindakan kekerasan (Pilgrim, 2012). Hal tersebut didukung pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Selina (2010) menghasilkan perkembangan emosional remaja perempuan 65% lebih terganggu dibandingkan dengan remaja lakilaki bila mendapatkan stresor sosial seperti bullying, kekerasan ataupun gaya hidup.

Berdasarkan hasil peneliti, bahwa remaja perempuan lebih banyak mngalami adiksi *smartphone* dibanding laki-laki. Prempuan cenderung sering mengakses informasi dan media sosial dan laki laki cenderung brmain game online dan yang tinggal di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah cenderung mempunyai perkembangan mental emosional yang tidak baik terjadi pada remaja perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Hal tersebut dikarenakan perempuan lebih peka terhadap stresor sosial seperti ejekan teman.

c. Adiksi *Smartphone*

Hasil penelitian menunjukan bahwa 98 responden di kelas IX SMPN 1 Jawilan responden berdasarkan mayoritas tingkat kecanduan yaitu tingkat kecanduan tinggi sebanyak 86 responden (87,8%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Dhamayanti (2019) yang berjudul

pengaruh kecanduan *smartphone* remaja terhadap perkembangan mental dan emosional di Jawa Barat, Indonesia, penelitian menunjukan bahwa sebanyak 80 responden (80,1%) tingkat kecanduan tinggi disebabkan karena responden dimana mayoritas anak menggunakan *smartphone* untuk berkomunikasi dengan teman sebaya, belajar, bermain game, bermedia sosial dan lainnya.

Faktor utama yang dapat menyebabkan adiksi *smartphone* sebenarya adalah munculnya perasaan senang di otak. Otak mengenali sesuatu yang menyenangkan sehingga berharap selalu bisa mengulanginya (Linda, 2019). Seseorang yang dikatakan adiksi jika menghabiskan waktu lebih dari 7 jam perhari untuk menggunakan *smartphone*. Sehingga remaja yang mengalami adiksi *smartphone* dapat menghabiskan waktu berjam-jam untuk bermain *smartphone* (Smart, 2010).

Berdasarkan hasil peneliti, bahwa dalam kategori tinggi dimana sebanyak 27,1% remaja menyatakan merasa nyeri dipergelangan tangan atau bagian belakang leher selama menggunakan *smartphone*, 37 % menyatakan tidak bisa bertahan jika tidak menggunakan smartphone, 22,9% menyatakan remaja kesulitas berkonsentrasi dan 24,3% menyatakan bahwa remaja menggunakan *smartphone*nya dalam waktu lama. Dampak yang terjadi jika terlalu lama menggunakan *smartphone* cenderung menunduk dan fokus hal ini dapat menyebabkan nyeri tangan dan leher. Tingkat adiksi *smartphone* mayoritas disebabkan karena menggunakan media sosial dan faktor utama adiksi *smartphone* yaitu munculnya perasaan senang diotak sehingga berharap selalu bisa mengulanginya dan hal ini dapat menurunkan konsentrasi dalam belajar.

d. Mental Emosional

Hasil penelitian menunjukan bahwa 98 responden di kelas IX SMPN 1 Jawilan responden berdasarkan mayoritas tingkat terindikasi yaitu tingkat terindikasi mental emosional sebanyak 74 responden (75,5%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Setiadi, dkk (2019) yang berjudul hubungan antara kecanduan *smartphone* dan gangguan mental emosional di antara siswa SMP di Samarinda penelitian menunjukan bahwa sebanyak 49 responden (38,6%) terindikasi mental emosional disebabkan karena gangguan mental emosional dapat dipengaruhi oleh penggunaan *smartphone* dengan akses internet yang berlebihan, seperti penggunaan media sosial.

Menurut kusuma (2014) mengungkapkan bahwa masalah mental emosional adalah suatu keadaan yang dapat mengidentifikasikan individu mengalami suatu perubahan pada emosional sehingga dapat berkembang menjadi suatu keadaan patologis apabila terus berlanjut, sehingga dapat disimpulkan bahwa mental emosional suatu keadaan yang dapat mengidentifikasikan individu mengalami suatu perubahan pada Kesehatan mental emosionalnya sehingga perlu dilakukan antisipasi.

Berdsarkan hasil peneliti, berdasarkan hasil penelitian diperoleh skor ksehatan mental remaja sebesar 75,5% yang mana diketahui apabila seseorang menjawab ya sebanyak 6 kali atau lebih dari 20 pertanyaan atau mendapatkan skor minimal 6 pada kuesioner SRQ-20 maka terindikasi mengalami masalah kesehatan mental. Hasil penelitian ini juga menunjukan bahwa terdapat Sembilan gejala masalah kesehatan mental yang dirasakan oleh mayoritas siswa SMPN 1 Jawilan dalam 30 hari terakhir meliputi mudah merasa lelah, merasa tegang, cemas dan khawatir, lelah sepanjang waktu, sulit menikmati kegiatan sehari-hari, mudah merasa takut, tidak bisa tidur nyenyak, kkehilangan minat untuk melakuan berbaga macam hal, sering engalami sakit kepala, dan kesulitan untuk berfikir jernih. Rata-rata skor keehatan mental menunjukan bahwa secara umum siswa SMPN 1 Jawian mengalami masalah kesehatan mental.

e. *Hubungan* Adiksi *Smartphone* dengan Mental Emosional pada Remaja Di SMP Negeri 1 Jawilan

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa terdapat hubungan adiksi *smartphone* terhadap mental emosional. Dengan hasil uji statistik Chi Square didapatkan nilai P-Value = 0.035 artinya P-Value < 0,05. Hasil uji statistik yang telah didapatkan bahwa siswa yang memiliki adiksi *smartphone* tingkat adiksi tinggi mudah terjadinya terindikasi mental emosional dibanding dengan siswa yang memiliki adiksi *smartphone* tingkat adiksi rendah. Ini dibuktikan dengan setiap siswa diberikan kuesioner yang berisikan pertanyaan adiksi smariphone

sebanyak 10 pertanyaan dan pertanyaan mental emosional sebanyak 20 pertanyaan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Dhamayanti, dkk (2019) hasil dari keseluruhan 108 responden menunjukan bahwah hasil uji *chi-square* dengan nilai p value 0,008 (<0,05) yang artinya terdapat hubungan antara adiksi *smartphone* dengan masalah mental emosional pada remaja awal. Menggunakan *smartphone* berlebihan merupakan adiksi sebagaimana yang dikutip oleh Smart, (2010) mengungkapkan bahwa seseorang yang dikatakan adiksi jika menghabiskan waktu lebih dari 7 jam perhari untuk menggunakan *smartphone*, schingga remaja yang mengalami adiksi atau kecanduan *smartphone* dapat menghabiskan waktu berjam-jam untuk bermain *smartphone*. Remaja lebih cenderung menghabiskan waktu dengan smartphone dari pada berinteraksi dengan teman dan keluarga (Knudsen, 2017). Beberapa masalah yang dapat timbul karena penggunaan *smartphone* yang tidak terkontrol, seperti gangguan penglihatan, gangguan pendengaran, gangguan kualitas tidur, mengurangi empati, masalah depresi pada remaja, harga diri dan sosial masalah dukungan, dan gangguan mental emosional (Gowthami & Kumar, 2016).

Salah satu faktor timbulnya gangguan mental emosional ini adalah di mana kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi begitu pesat, *Smarphone* atau gadget (Rahmadhan, dkk, 2017). Mental emosional merupakan suatu keadaan mengindikasikan induvidu mengalami suatu perubahan emosinal yang dapat berkembang menjadi keadaan patologi terus berlanjut sehingga perlu dilakukan antisipasi agar kesehatan jiwa masyarakat tetap terjaga (Indiani, Suhardi, Antonius 2010).

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa adanya hubungan adiksi *smartphone* dengan mental emosional pada remaja siswa di SMPN 1 Jawilan. Dari data diatas disebutkan bahwa siswa yang memiliki adiksi *smartphone* dengan tingkat adiksi tinggi mudah terindikasi mental emosional dan penggunaaan *smartphone* yang berlebihan merupakan adiksi atau kecanduan pada *smartphone*. Dampak dari adiksi *smartphone* tersebut yang mengakibatkan terjadinya mental emosional.

Kesimpulan dan Saran

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan adiksi *smartphone* dengan mental emosional pada remaja di SMP Negeri 1 jawilan, maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden remaja berada pada kategori tingkat adiksi tinggi dan sebagian besar responden remaja berada pada kategori terindikasi mental emosional ringan serta ada hubungan yang signifikan antara adiksi *smartphone* dan mental emosional, dengan p-value sebesar 0,035 < a (0,05) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara Adiksi *Smartphone* dengan Mental Emosional pada Remaja di SMPN 1 Jawilan Kabupaten Serang.

2. Saran
   a. Remaja lebih banyak mengikuti kegiatan-kegiatan positif diluar jam sekolah seperti estrakulikuler atau kegiatan sosial dimasyarakat. Hal ini mencegah kesempatan siswa untuk terlalu lama menggunakan *smartphone* dan mencegah mereka dari perilaku adiksi *smartphone*.
   b. Bagi Orangtua dapat monitoring atau pemantauan waktu penggunaan smartphone dirumah.
   c. Sekolah memberlakukan kebijakan pembatasan penggunaan *smartphone* bila perlu diadakan razia *smartphone* pada waktu pembelajaran.
   d. Peneliti Selanjutnya diharapkan mengkaji faktor lain misalnya jenis apliksi media social dan pola tidur.

References

Asif, A. R., dan F. A. Rahmadi. (2017). *Hubungan tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11-12 tahun. Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6 (2), 148-157.

Ali, (2011). *Model Perkembangan Karakteristik Remaja*. Jakarta: Salemba Medika.

Badan Pusat Statistik, 2021. *Data Statistik Indonesia. Jumlah Penduduk menurut Kelompok Umur, Jenis Kelamin, Provinsi, dan Kabupaten/Kota*,2010.

Agusta, D. (2016). *Faktor -faktor Resiko Kecanduan Menggunakan Smarphone pada Siswa Di SMIK Negeri I Kalasan Yogyakarta. E-Journal Bimbingan dan Konseling*. Vol.3, h. 86-96.

Chiu, Shao-I. (2014). *The relationship between life stress and smartphone addiction on taiwanese university student: A meditation model of learning self efficacy and social efficacy. Computers in Human Behavior* ,34, (2014) 49-57.

Cho, H., Kwon, M., Choi, J., Lee, S., Choi, J., S., Choie, S, Kimg. (2014). *Development of the internet addiction scale based on the internet gaming disorder criteria suggested in DSM-5, Addictive Behaviors.*

Depkes RI. (2019). *Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Republik Indonesia*.

Dhamayanti dkk, (2019). *Mengenal Bahaya Adiksi Gadget Dan Cara Mengatasinya*. Universitas Bunda Mulia.

Drajat, (2012). *Pengaruh dukungan sosial dan kecerdasan EMOSIONAL pada hasil belajar Mata Diktlat Produktif akutansi siswa SMK SUNAN.*

Duerson, (2019*). Effects of smartphone addiction on sleep quality among Chinese University student: the mediating role of self-reglation and bedtime procrastination.*

Dharma, Kusuma Kelana (2011), *Metodologi Penelitian Keperawatan: Panduan Melaksankan dan Menerapkan Hasil Penelitian*, Jakarta, Trans InfoMedia.

Dhamayanti, (2019). *Pengaruh Kecanduan SmartphoneRemaja terhadap Perkembangan Mental dan Emosional*. Jawa Barat: Airlangga.

Fadilla Putri dkk, (2019). *Hubungan Adiksi Smartphonedengan Perilaku Mental dan Emosional pada remaja wilayah Kecamatan Bandung Wetan.*

Gowthami, SVK Kumar. (2016). *Impact of Smartphone: A Pilot Study on Positive and Negative Effect. International Journal OF Scientific.*

Hartono, *Uji validasi nilai Self Reporting Questionnaire.* Jakarta: Badan Litbangkes, 1995.

Hidayat, A. (2009). *Metode Penelitian Keperawatan dan Tekhnik. Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.

Internet World Stats, *(2020). Usage and Population Statistics.*

Karuniawan, A., & Cahyani, I. Y, (2013). *Hubungan Antara Academic Stress dengan SmartphoneAddiction pada Mahasiswa Pengguna Smartphone.*

Kemenkes Ri. 2018. *Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS*. Jakarta: Balitbang Kemenkes Ri.

Knudsen, (2017). *Smartphones, Tablets and The Mobile Revolution: Luxury Daily.*

Kusuma, (2015). *Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Agresivitas Remaja Pendukung Persegres. Pekanbaru.*

Kwon M., Kim, D-J., Cho H, Yang, S. (2013) *The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents.*

Linda, (2019). *Minat Smartphonedi kecamatan tanjung pinang*. Kepulauan Riau.

Lee & Kim, *(2017) Risk Factors for Smartphoneaddiction in Korean Adolescents: Smartphone.*

Lin et al, *(2014). Development and validation of the SmartphoneAddiction Inventory (SPAI).*

Min Kwon dkk, (2013). *The SmartphoneAddiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents.*

Mulyantari dkk, *Hubungan Kebiasaan Penggunaan Gadget dengan Status Mental Emosional*. Sains 1 (1), 10-15, 2019.